

برق الجواريد

فالدرس صار مدمجاً
هيا إلى دراستي
في (النّص) والتفاعل
بالدرس في المنازل



هذا الكتاب هو جزء من سلسلة "برق الجواريد" التي تهدف إلى تعزيز التعليم الإلكتروني والتفاعل بين المعلمين والطلاب في المنازل.

الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة/ قسم الشؤون الفكرية والإعلام
رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ١٤٨٤ لسنة ٢٠١٠



عمر شير — ف — رسوم وتلوين
حسن — ام الكناني — رسوم وتلوين
زبيدة الط — د — رسوم وتلوين
غزال محمد — د — رسم وتلوين

الإشراف العام: الحاج جلال علي محمد
رئيس التحرير: الشيخ عدي الكاظمي
سكرتير التحرير/ تصميم: ياسر حاتم العبيدي

راسلونا: www.aljawadain.org



حكيم البراعم ١٨



رجوع الملك ١١



الأخ
الصالح ٦



زبونة ٣٧



جودي ٣٠



الشيم ٢٠



تجدون المجلات في
معرض أجوادين الدائم
للكتاب في العتبة
الكاظمية المقدسة





غشائنا حبة البركة



أحباءنا..

ونحن نعيش هذه الأزمة الصحية بسبب جائحة كورونا لا بد لنا أن نكون بمستوى المسؤولية.. فيجب علينا أولاً أن نلتزم بكل الإجراءات الوقائية الصحية كارتداء الكمامات الصحية والتباعد الاجتماعي والحفاظ على النظافة والتعقيم المستمر.. وثانياً يجب علينا أن نحافظ على أفراد أسرتنا ونحرص على عدم جلب أية عدوى لا سمح الله من خارج البيت..

أصدقاءنا..

من الإجراءات التي فرضتها تلك الأزمة هو التعليم الإلكتروني التفاعلي.. وهي طريقة جديدة علينا لكنها مهمة جداً للتواصل مع أساتذتنا ومعلمينا لفهم الدروس والواجبات وهذه الطريقة تحتم علينا التعامل مع أجهزة الهواتف الذكية أو الحاسبات لنكون أمام عالم الإنترنت المفتوح.. لذا احرصوا على عدم ضياع وقتكم بأشياء جانبية كالألعاب والتصفح عندما يكون الهاتف الذكي بين أيديكم.. وأن لا تشغلوا أنفسكم بما يلهيكم عن دراستكم وحل واجباتكم المدرسية.. فأحدى طرق مواجهة فايروس كورونا القاتل هو التعليم الإلكتروني التفاعلي، وعدم السماح له بتأخيرنا وتراجعنا عن مواكبة العلم والتعلم.. وتذكروا أن هناك الكثير ممن يضحي من أجل حياتنا وصحتنا من الجيش الأبيض وعلينا أن لا نضيع جهودهم بعدم الالتزام من جهة ومن جهة ثانية لا بد أن نكون عند حسن ظن أبائنا وأمهاتنا لنيل درجة النجاح في نهاية المطاف.



انطق بالحق

في يوم من الأيام كان الصحابي الجليل عمار بن ياسر رضي الله عنه يتحدث عن موقف رآه وتعجب منه فقال: كنت جالساً بين يدي مولانا أمير المؤمنين عليه السلام وإذا بصوت قد أخذ جامع الكوفة، فقال: يا عمار أنت يا بني الشقار البائر، فبنته يا بني الشقار، فقال: أخرج يا عمار وامنع الرجل عن ظلامة هذه المرأة، فإن التقى ولا منعه يا بني الشقار، قال: فخرجت وإذا أنا برجل وامرأة قد تعانقا يؤمما جمل والمرأة تقول: الجمل لي، والرجل يقول: الجمل لي، فقلت: إن أمير المؤمنين ينهاك عن ظلم هذه المرأة، فقال: لا يمكنه أن يأخذ جملي ويدفعه إلى هذه المرأة الكافية..



فقال عمار عليه السلام: فرجعت لأخبر مولاي فإذا به قد خرج ولاح الغضب في وجهه وقال: وبالك خل
جمل المرأة، فقال: هولي.
فقال أمير المؤمنين عليه السلام: كذبت يا لعين.
قال: فمن يشهد أنه للمرأة يا علي؟ فقال: الشاهد الذي لا يكذبه أحد من الكوفة، فقال
الرجل: إذا شهد شاهد وكان صادقاً سلمته إلى المرأة، فقال علي عليه السلام: تكلم أيها الجمل من أنت؟
فقال بالسان فصيح: يا أمير المؤمنين وخير الوصيين أنا لهذه المرأة منذ بضع عشر سنة.
فقال علي عليه السلام: خذي جملك.



الاف السبع

ملك الدنيا بأجمعها وجاب الأقطار والأمصار بجيوشه مهاباً مبجلاً، مصطحباً معه أربعة آلاف عالماً، وكان لا يمر بمصر من الأمصار إلا استقبله أهلها بالترحاب والاحترام اللائق بمكانته العالية، غير أهل مكة فإنه حينما مر بهم لم يلق منهم ذلك الاحترام.

الملك: أيها الوزير يا عميا رسا

الوزير: لبيك سيدي الملك.

الملك: ما بال أهل هذه القرية لا يبدون التبجيل والاحترام لي.

الوزير: يا سيدي هؤلاء غرهم إنهم سدنة هذا البيت.

الملك: ويلهم قسماً لأخربن عليهم بيتهم ولأقتلهم أجمعين.

واستأذن الوزير الملك للخروج من عنده وما أن وصل إلى باب

الفسطاط حتى يصرخ الملك: أه انتظر عميا رسا.

الوزير: ما الخبر سيدي.

الملك: أحس بالم فطيع في رأسي.

الوزير: عافاك الله سيدي سأدعو لك الحكماء.

وما أكمل الوزير كلامه حتى انفتح من عيني الملك

وأذنيه وأنفه وفمه ماء نتن الرائحة.

توافد الحكماء على الملك

يعاينونه ويطببونه لكن من

دون فائدة تذكر،

فقال الحكماء: أيها الملك

أن مرضك هذا أعيانا ولا

نجد له دواء وإنما نعتقد إنه

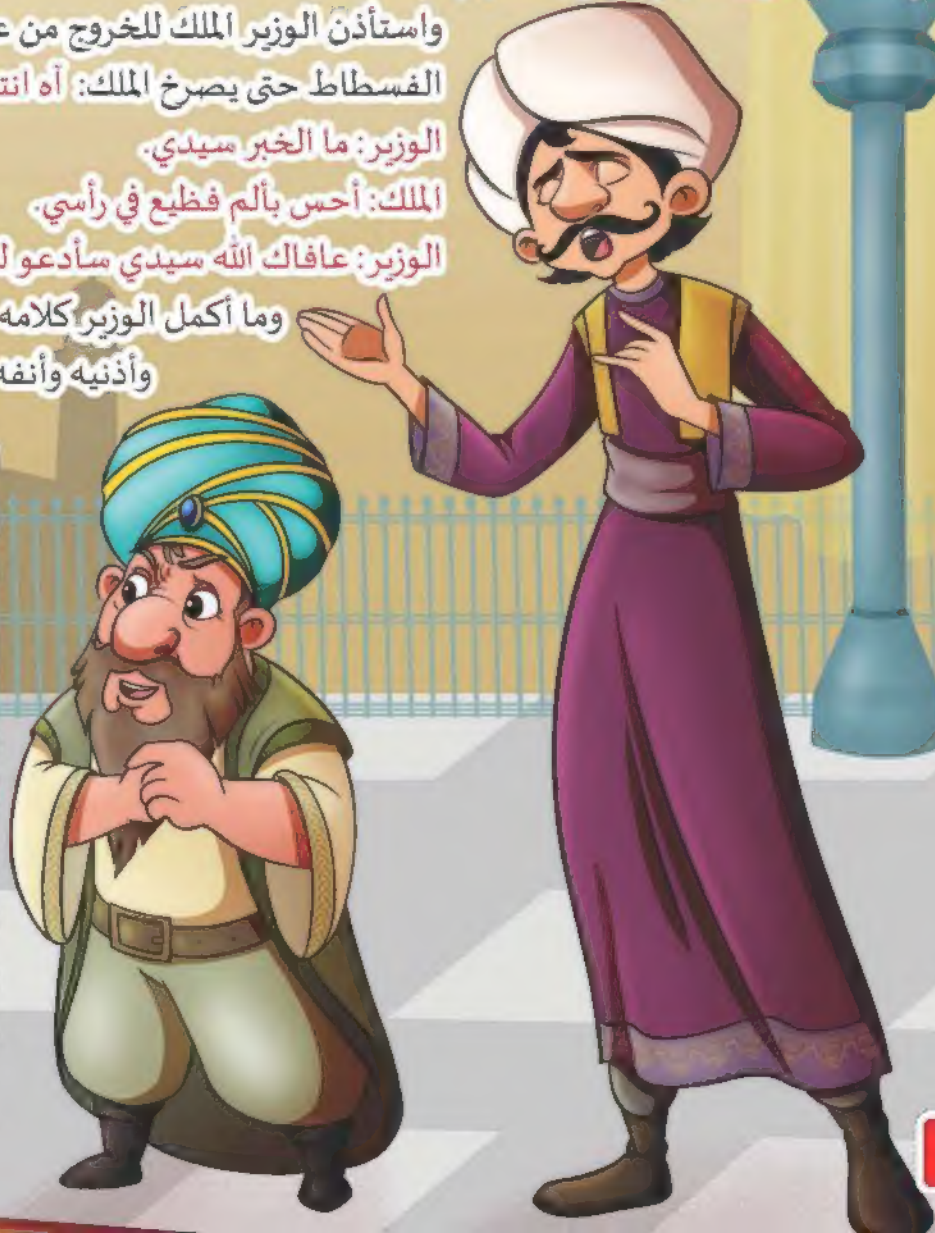
أمر سماوي.

جلس الوزير متحيراً يفكر

في أمر الملك.

وفي هذه الأثناء طُرق

الباب...!!



أحد العلماء: أيها الوزير عندي علاج لسيدي الملك
شرط أن يصدقني النية.

الوزير: أنت متأكد مما تقول.

العالم: أدخلني عليه وسترى ذلك.

الوزير: تعال معي.

يدخل الوزير على الملك: سيدي الملك عالم من علمائك

يدعي عنده علاجك.

الملك: أدخله.

العالم: أيها الملك أصدقني القول ما كانت نيتك تجاه هذا البيت.

الملك: أخبره وأقتل أهله.

العالم: تب من ذلك ولك خير الدنيا والآخرة.

الملك: قد تببت مما كنت نويت.

عوفي الملك في الحال فلما رأى

ما جرى له علم ما لهذا البيت

من مكانة عند الله عندها آمن

بالله وبإبراهيم الخليل وخلع على

الكعبة سبعة أثواب، بعدها توجه

نحو يثرب.

وفي يثرب أراد أربعمائة من العلماء
أن يعتزلوا ويقيموا في يثرب،
فسألهم الملك عن سبب هذا؟
فقال العلماء: أعلم أيها الملك أن
هذا البلد مهجر آخر الرسل وإنا
على رجاء أن ندركه أو يدركه
أولادنا.

أذن لهم الملك بالبقاء وأكرمهم
وحملهم رسالته إلى النبي الخاتم
يخبره بإيمانه به وتصديقه إياه،
وإنه لو أدركه لكان في خدمته.

بلغت رسالته رسول الله ﷺ بعد
ألف سنة فلما قرأها قال:

«مرحبا بالأخ الصالح»

ثلاث مرات.

مختبر الأذكياء

أهلاً بكم يا أصدقائي هل سمعتم من قبل بالحمم البركانية تلك الظاهرة الطبيعية التي تحدث لتخفيف حدة الحرارة والضغط الداخلي الموجود في أعماق سطح الأرض. فتعمل فتحات في الأرض لتخرج منها نيران وأدخنة كثيفة متكوّنة من أحجار منصهرة وغازات ومواد أخرى ، وهي خطيرة إلا أنها تنتج بعض المعادن المفيدة.



والآن أيها الأحبة لننفذ تجربة فيزيائية تشبه الحمم البركانية:

المكونات

- كوب شفاف.
- زيت نباتي.
- خل.
- مُلوّن طعام (لون أحمر).
- صودا الخبز مذابة بالماء.



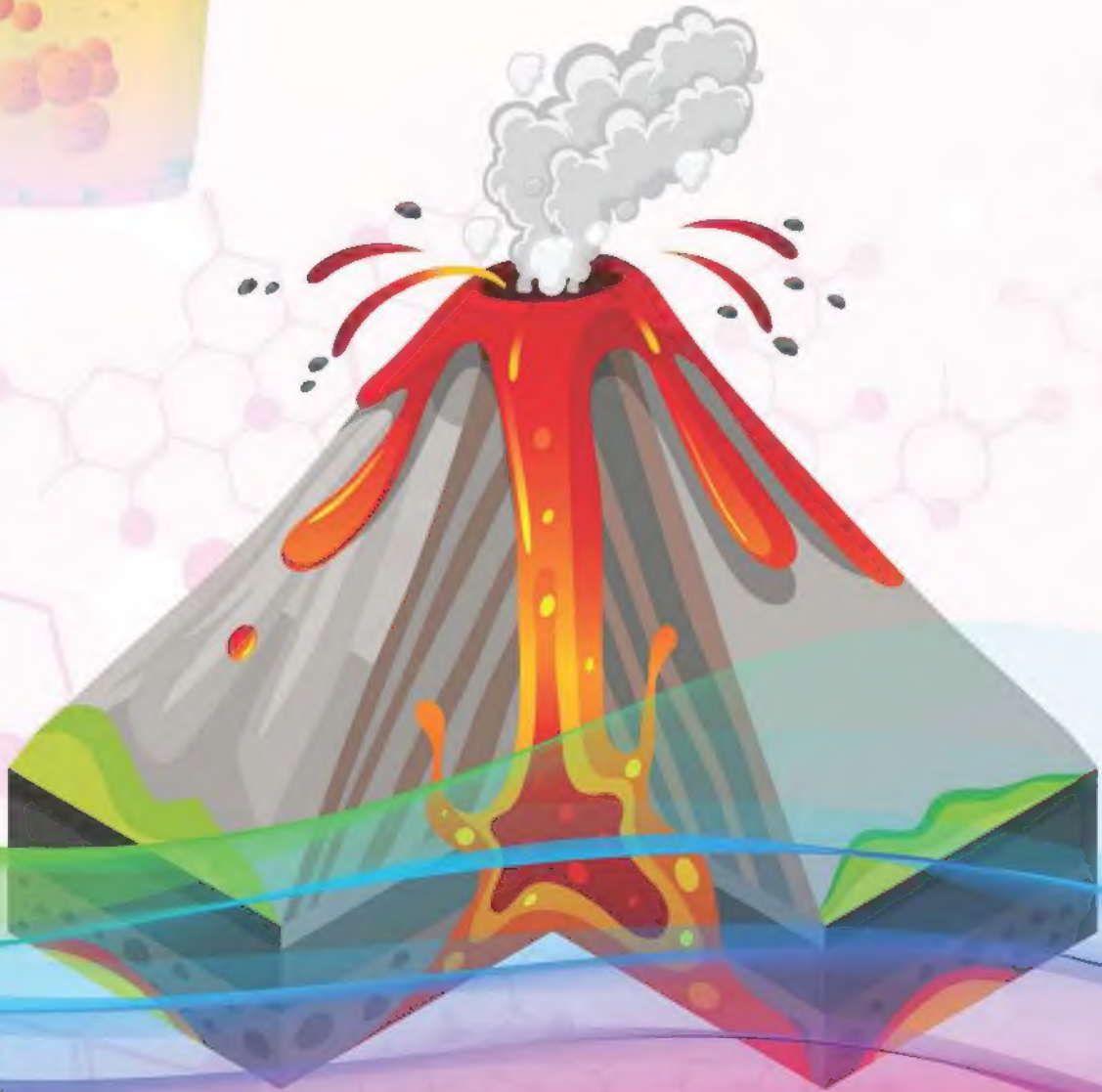
التنفيد

امزج الزيت مع الخل ثم ملون الطعام ، بعد ذلك
أضف مزيج صودا الخبيز مع الماء.

ماذا ترى؟

ترى فقاعات ملونة داخل الكوب كأنها حمم
بركانية!

تنتج هذه الفقاعات نتيجة لتفاعل المكونات التي
أضفناها.



رجوع الملك

الجزء الأول

رسوم: عمر شريف

سيناريو: أبو حسن الكاظمي

يحكى في زمن بعيد عن ملك عظيم حكم الأرض بسطوته، ونال خيراتها بحسن تدبيره وحكمته، وكان اسمه **(الملك أرسلان)** وحين مرت عليه السنون وقد أحكم زمام حكمه ومملكته وبسط بين الرعية عدله ورحمته، بدأ ينساب الى قلبه شيء من الملل وفقد السعادة بكل شيء ..

وذات يوم كان يجلس على كرسي عرشه الكبير وحوله الخدم والحاشية و الكآبة والملل يملآن قلبه..!!

الوزير: سلّم الله سيدي الملك العظيم، أرجو أن لا يوجد ما يبعث على سأم وملل ملكنا الجليل؟

الملك: أهلا يا وزيرنا ومشيرنا سعيد، من الجيد إنك حضرت في هذه الساعة، يا وزيرى المخلص، إنني اشعر بالملل والضجر يا سعيد، لا يوجد شيء يبعث على الفرح والسرور في حياتي، فقد ملكت كل شيء المال والسلطان والجاه والرعية والزوجات والأولاد، آآآه كم كنت سعيدا حين كنت لا أملك ما أملكه اليوم..



الوزير: يا سيدي الملك ما رأيك أن نذهب إلى سباق الخيل، أو نخرج في رحلة صيد؟
الملك وهو يبدي سعادة في وجهه: أحسنت يا سعيد إنها فكرة صائبة.. رحلة صيد نروح بها عن أنفسنا المغمومة.

فرح المزارع سعيد بهذا الفتح الذي حققه في حقله الذي كان يحرثه في سخطه في كل سنة. وكان سعيداً إلى مرأى وأسلم على منقته هذا الأمل الساج. أما في هذه المرة لم تكن هذه المرة. مع ذلك، فقد في هذا المجال وتخرج من هذا المكان بعد أن وجدنا الصيد وسلمه كيساً من المال..



الراعية الصغيرة

سميرة طفلة صغيرة تعيش في الحقول مع أبويها وأخوانها .. خرجت سميرة ذات يوم كعادتها إلى الحقول الخضراء لترعى أغنامها ومعها البقرة الكبيرة ..

أخذت تقفز وتمرح في الطريق المؤدي إلى الحقل الكبير، حتى وصلت الحقل وأخذت البقرة الكبيرة تأكل من الحشائش الوفيرة حتى شبعت وبدأت كعادتها تومئ برأسها إلى سميرة إشارة إلى أن الحليب أصبح جاهزاً ..

أخذت سميرة الدلو الخاص بجمع الحليب وبدأت تحلب البقرة حتى أمتلأ بالحليب الشهي والغني بالفوائد...



حملت الدلو ووضعته على ظهر البقرة لتذهب إلى السوق تبيعه ..
وصلت سميرة إلى سوق الحي وربطت بقرتها الجميلة مع بقية أغنامها عند مقدمة السوق وأوصت الرجل الطيب
بائع الخبز أن يراقبها بينما هي تبيع الحليب ..
دخلت سميرة السوق وبيدها الدلو وهي تنادي ..

حليب .. حليب .. حليب البقرة الأصفر الرهيب ..
فهو المعافي .. وهو الطيب .. حليب .. حليب ..

اجتمع الناس حول سميرة ليشتروا الحليب، وكانت تبيع الزجاجاة الواحدة بعشرة دنانير ، وكان
الدلو يملأ عشر زجاجات من الحليب، باعت سميرة تسع زجاجات من الحليب وبقيت
الزجاجاة الأخيرة إلى أن أتى رجل فقير وقال لها أنه يمتلك نصف المبلغ فقط
فوافقت وباعته الزجاجاة الأخيرة ..

وعند عودتها للمنزل لاحظت أن هناك شخص يتبعها ويحاول أن
يختبئ بين الحشائش !!

فكرت سميرة بسرعة وتوقعت من المحتمل أن يكون لص
يحاول سرقة نقودها .. فخبأت النقود في حذاءها المنقوب
وواصلت المسير ، وفجأة اعترضها رجل وقال لها بصوت
عال: اعطني جميع أموالك يا صغيرة .. فردت عليه
سميرة لا أملك أي مال .. وقام بالبحث في جيوبها ولم
يجد شيئاً.. فولى هارباً وهو يدمدم: أيتها الطفلة البخيلة..
وراحت سميرة تضحك عليه إلى أن وصلت لمنزلها وحكت
القصة لأبويها وهي ترفع حذاءها وتقول: الحذاء المنقوب
أنجاني من السرقة.

أمدقني الذكيا.

استخدموا عقولكم الذكية وحاولوا أن
تتوصلوا إلى المبلغ الذي جمعه سميرة من
بيع دلو الحليب كامل؟؟

أكتب المبلغ
هنا



حيواننا - دخلت التاريخ



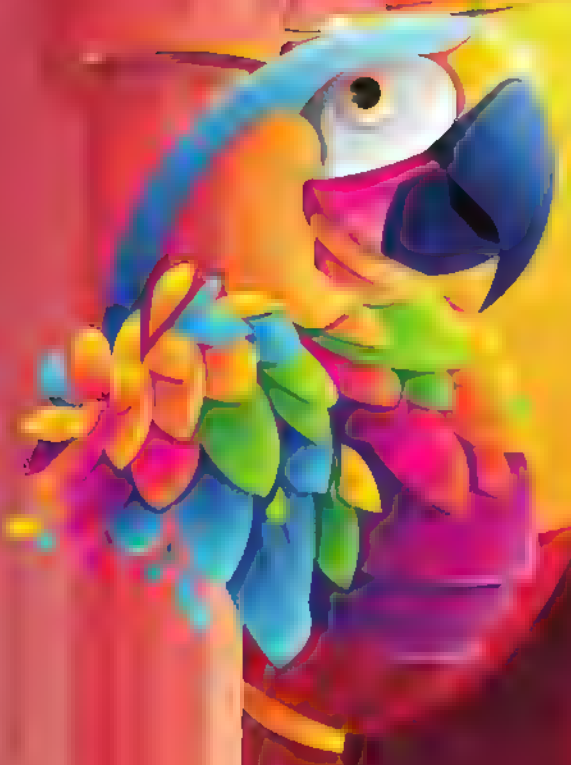
الببغاء طائر معروف بألوانه الزاهية التي تتراوح بين الأخضر والأحمر والأزرق والأصفر، وتتميز بعض أنواعه بتقليد الأصوات وهو ما جعلها طيور محببة للإنسان لتربيتها كطيور مدللة. يتميز الببغاء برأسه الكبير نسبياً وعنقه القصير. ولسانه الغليظ وقائمية بالمخالب القوية التي تساعد على التعلق بأغصان الأشجار. وبمنقاره الصلب المتين القادر على كسر قشرة الجوز الصلبة لأنه طعامه المفضل. وبعض أنواعه تتميز بطول أعمارها.

أما الببغاء نجمة هوليوود بوللي (polly) فهي من نوع ببغاء المكاو.



الببغاء بولي (POLLY)

نجمة هوليوود



الذي يعتبر من أجمل أنواع الببغاوات وأزهارها لونا. فقد قضت حياتها تشارك في أفلام هوليوود ويعتقد أنها كانت أقدم ببغاء في العالم حيث تم تسجيلها في موسوعة الأرقام القياسية كأكثر ببغاء معمر ثم اكتشافه على وجه الأرض. جاءت الببغاء بولي إلى بريطانيا لتصوير أحد الأفلام بعد أن كانت قد ظهرت سابقاً في أفلام عديدة ناجحة. رحلتها إلى بريطانيا كانت محطة تقاعدها. إلا أنها كانت تشعر دائماً أنها نجمة وتستحق الحياة المترفة، ولم تتوقف عدسات الكاميرات من متابعتها حتى بعد ابتعادها عن أضواء الوسط الفني.

وبدأ الشتاء من جديد يزور الأدغال ككل عام

طرافی بتجمہد

هــ هــ هــ
أفضل من جلد السمور
فراء يبعث الدفء

51111

من فعل کل هذا بغایتنا؟

وفي الصباح

ليلة الأمس كانت
شديدة القسوة على غابت

يا الهي كوخ جدتنا
حطمته العاصفة.

مسكية جدتنا، كيف متقضي
قمة ليلى الشتاء الباردة

سرع وأحضرت المشرق من كوخنا
وبعض الخبال

سأذهب فوراً

لا تفلقي بجدتي، سيهود
كوخمن أفضس مما كان

کیف؟؟
بعد اسی طرح گوجی خطا



حكيم البراعم

0! مبتطفي ظفني بد (عط ٩ نم غ ط ا ه * بكط ك م و كآ

الكآ آ ا ه م (ين ف ط ر م م ط (بكط ل د خ آ غ ط

في ط «اغف غ» جآ ش "ق غ ٩ غ غ ط" . ا ه ج " ف

غ ا ز ين م غ م «مه (ك ح ع ط (ك ح و) ! ك ط آ في

٩ بد ٩ نم غ ط ك ط آ ط ط مم في غ ش ن ج في بي ط (ع

م غ م " ك ط " في ا ه م ف ا آ ف م غ م آ في ظ ا ل م م

ا م ط ج " ق " م ط " غ ل م ك م غ ط " ا م ط ج غ ف (ق ب غ ين ف

في * " ث ب ف ني ا غ (ك آ ظ ين " ث غ غ ط " آ د ا

! ل م ن (ك ح ع ط في د (عط ٩ نم غ ط

ا ه * بكط ن ق ل ك م م م غ " جآ ش " ق و

«ظ ا م غ ا (ظ ا م * ب ف ا ب غ ل م م

ا م ط " ت ا م ط غ ا ف

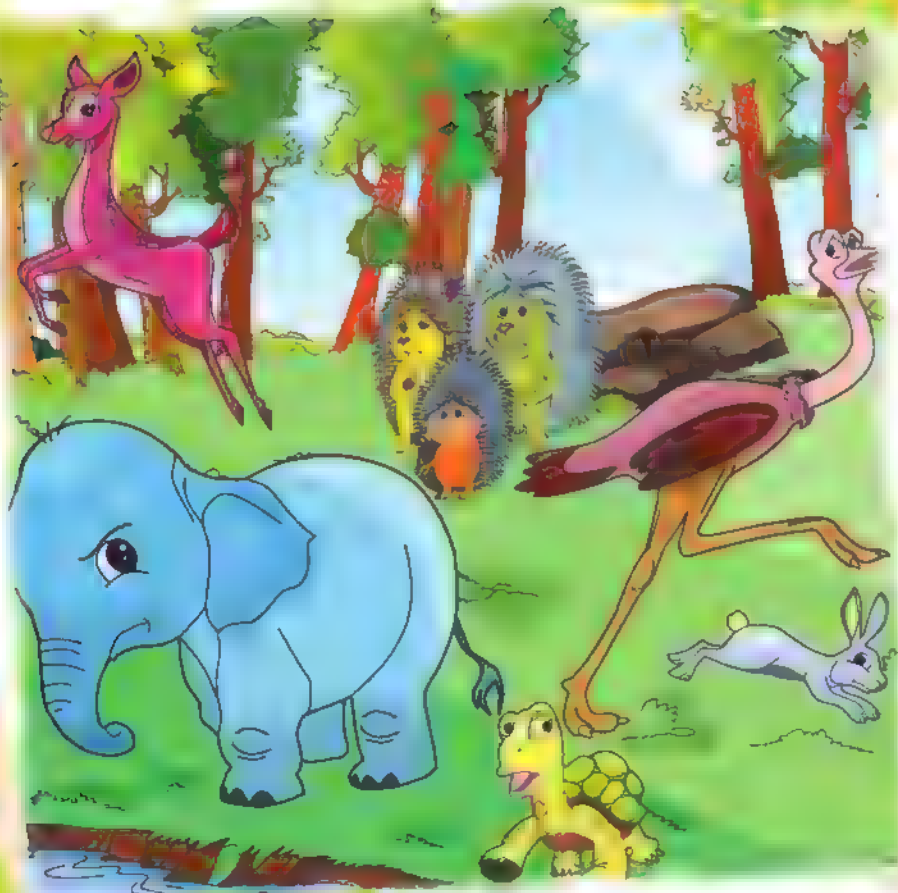
في د (ع في ط غ " د

ط ع ا ع ا د غ " ف ا



الشَّيْهَم . . سوء الظن

يسمّيه العرب قديماً الشَّيْهَم،
واليوم يُطلق عليه النِّيص، له
أشواك حادة ولكنه مسالم



يعيش مع عائلته في قرية،
ولكن الحيوانات تخاف من
أشواكهم ولا يقترب منهم
أحد



وفي يوم صاح الطاووس: لقد هجمت
الذئاب على القرية



جلست عائلة النيص وحدها
وبدا على وجوههم الحزن

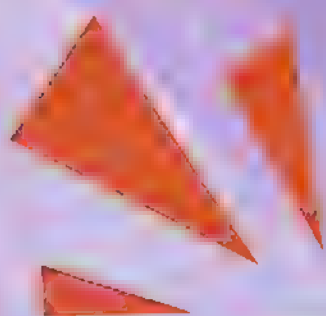


هربت حيوانات القرية
وهي خائفة جداً

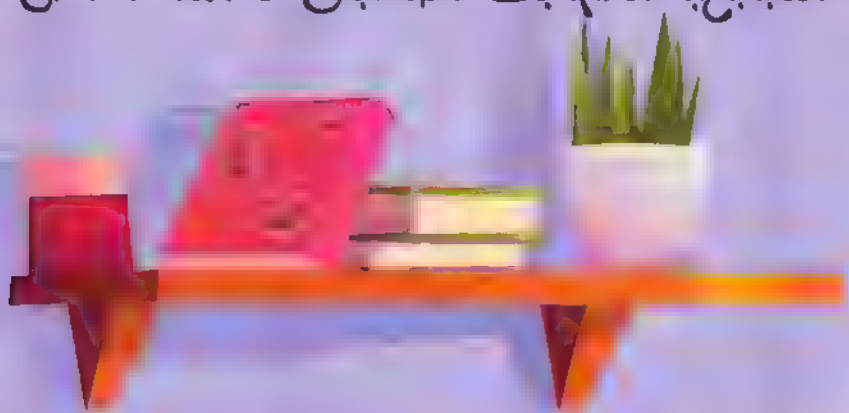
انتظرونا في العدد القادم ان شاء الله

الأخوان النسيهات

فيديو * "ف" جاتين "قوة" فكينيد، امة "كف امة" غدا "أخمة" بطو ("مك" ١٠
 بضع "تن جدي في طو" "مقمة" ع كينيد، امة "كف امة" غدا "أخمة" بطو ("مك" ١٠
 «أليظ: ظلا اظ" ظظظ غطظ / مفع غا غا مفعن / امة. فظة غة " امة كف



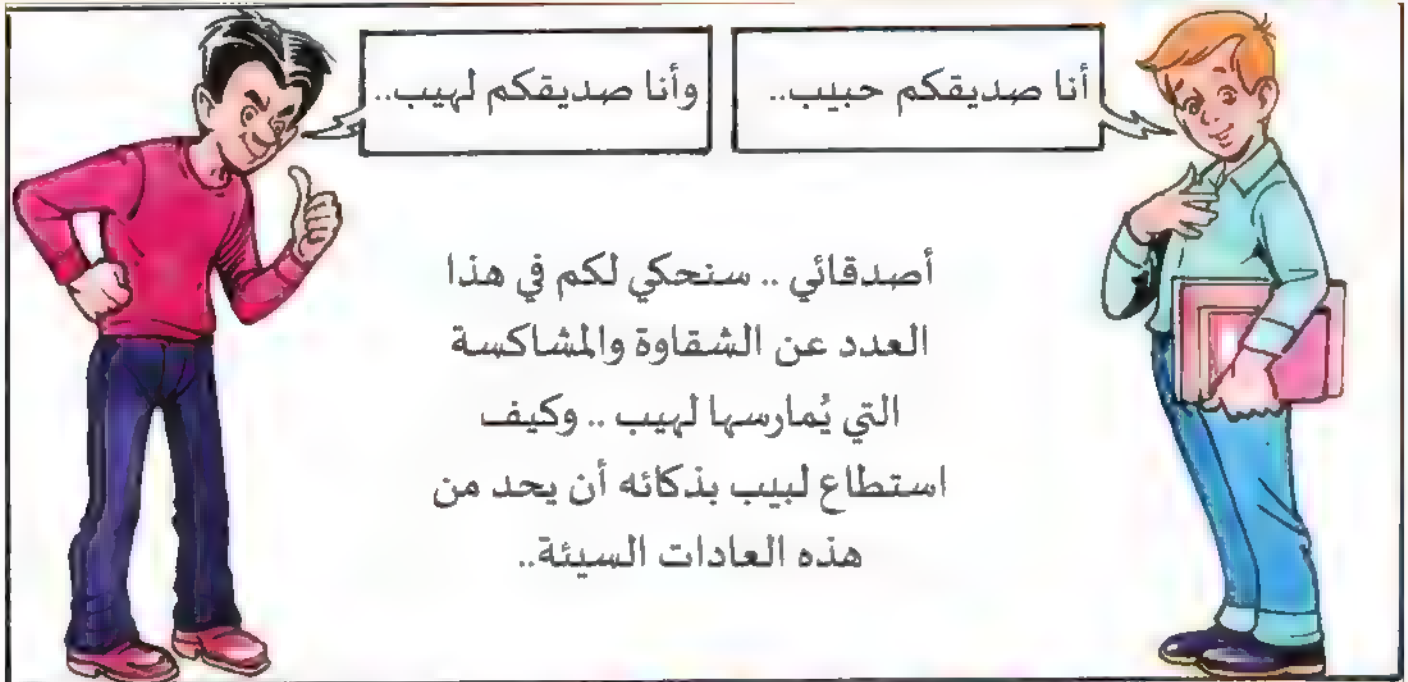
عظّم طعظّم (مماظّة) تخمّم غمّاظ (لّة تخمّم غلّا في تخمّم) ٩ آظ "خّم" مكمّ
 لما يكمّ ٩ فظ "م" بفع بص غنّ / بص في ظظ عجمّا تن "قطن" في "عجّ غيّف" ٩
 كيند، اّمّد كّف اّمّد يّغد عو! مّ بفع بص «بتن» ط اّمّد "ك". ان اظو كّثا



يكمّظا في "آغد ٩ غمّم! بتن" ط أعيفّة "في تخف غلّبد" ٩ كيند، اّمّد كّف اّمّد يّغد
 مّد كّف ٥ آغاف ٩ * فلّا اكمّ اّمّا تن "قطن غمّد" ك. صمّد: لظظ. ط: رب-ط: ل
 ظ "يكمّ" (ظ مّم بص في ظ ا ظ غمّ غنّ / في ظ لظ + لظ لظ - آظ غو لظ +



حبيب و هيب





ثم جاء لهيب ليسترد كرتة.

أتريد كرتك بعدما فعلته بنا؟! حسناً سأعاقبك ولن نعيد الكرة إلا في الغد.
إذهب من هنا..

لولا أن سياج حديقة دارنا
عالٍ لتسلقه لهيب كعادته في
استرداد كرتة... لا بد له من
درس

كرة لهيب محجوزة عندنا إلى يوم غيب.. وهي فرصة
لتنفيذ فكرتي.. هذه البطيخة التالفة والتي أخذتها من
البقال بنفس حجم الكرة مناسبة جداً....

سألقة درساً عقاباً له
على ما فعل بنا..

أتممت المهمة... هاهاها
من يستطيع أن يفرق بينهما؟!

وفي اليوم التالي...

جئت لاسترداد كرتي..

خذها واركلها
بعيداً عنا...



نعم ... نعم...

سأركلها ركلة قوية جداً
تبعدها عنكم مئات الأمتار



!!!!

طش



هذا جزاء مشاكساتك وشقاوتك... والآن خذ كرتك الحقيقية..
ولا تلعب بها داخل الزقاق.. إذهب إلى ساحة اللعب خارج الحي

أف... يا لها من
رائحة كريهة.
ها ها ها.....

ها ها ها...
كرتك تحولت إلى
بطيخة ها ها ها...



تَمَّتْ

إعداد غفران كامل

حيات الشهوكولا

الشوكولا من الحلويات اللذيذة التي نعشقها جميعاً، فهل تودون التعرف عليها؟ ومن أين تأتي؟

أمداقائي: هذه الشوكولا التي بين أيدينا كانت بذوراً في غار كبيرة في شجرة تسمى (الكاكاو)، حيث تزرع هذه الشجرة في المناطق الاستوائية الحارة، وعندما تنضج غار الكاكاو يتم قطفها وتستخرج منها البذور، ويتم تعريض البذور للشمس أو للتسخين إلى أن تتحول إلى اللون البني بعدها تطحن وتتحول إلى مسحوق الكاكاو اللذيذ.

كيف نصنع حلوى الشوكولاتة في المنزل؟

المكونات: مسحوق الكاكاو، حليب جاف، سكر، زبدة ذائبة

طريقة التحضير: نخلط مسحوق الكاكاو والحليب الجاف والسكر في الخلاط الكهربائي، ثم نضيف هذا الخليط الزبدة الذائبة بالتدريج مع التحريك المستمر، إلى أن نحصل على خليط متجانس. ثم نسكب الخليط في قوالب مغيرة، ثم نضعها في البراد (الثلاجة) لعدة ساعات إلى أن تجمد، وعندما نقلب القوالب لإخراج حبات الشوكولاتة اللذيذة، ونضعها في صحن التقديم.



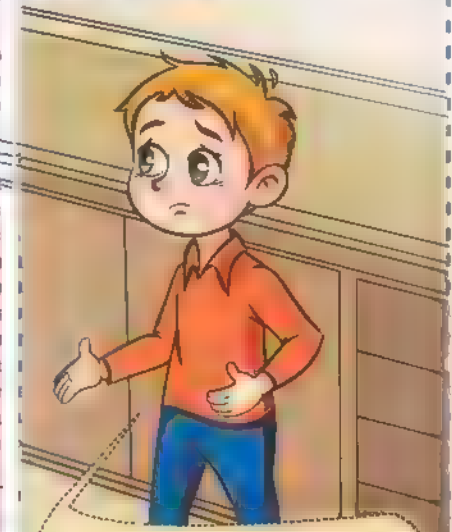
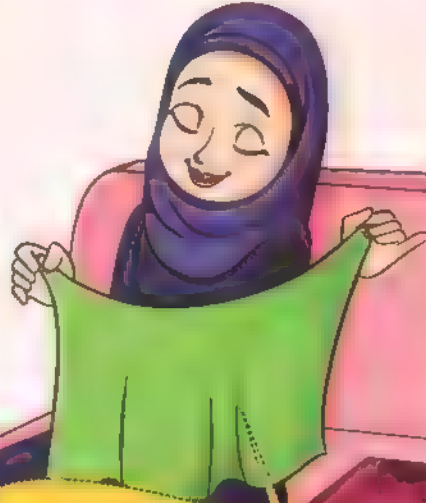
جودي

مغامرات

متى ستعدين الطعام يا أمي؟
ساموت من الجوع



لا تقلق سيأتيك الطعام بسرعة.
قل لي ماذا تشتري أن نأكل؟



إنني جائع ويبدو أن أمي لم تطبخ
اليوم ولا يوجد شيء في الثلاجة

لقد أتى الطعام بسرعة كنت
أطعمك تمزحين معي



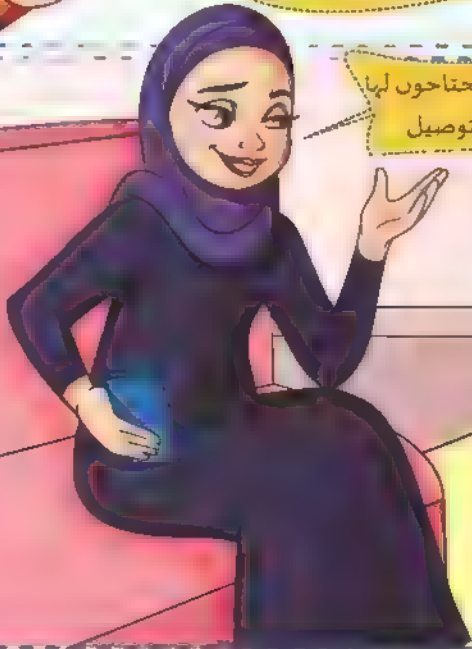
اتصلت بخدمة التوصيل ليأتوني
بالطلبات من مطعمنا المفضل



هذه فكرة جيدة فالبيت أصبح أكثر
أماناً من خطر التعرض للوباء خارجه.



احتاروا الملابس التي يحتاجون لها
لأتصل بخدمة التوصيل



وكاكي في حلم لقد أصبح لدي
فستان جميل من دون عناء

وأنا أيضاً
ملا بسمي
رائعة.
إنها خدمة
ممتارة

أصبحنا في زمن المصباح السحري
فكل طلباتنا تأتي إلى البيت
بسرعة

ساعدتيك وحرمتك من مصروفك
حتى تستوفي ثمن الألعاب

ولكننا لم
نطلب ألعاباً
بالتأكيد
أنت محظن
بالعموان

هذه طلباتكم من الألعاب وهذا
الوصل فيه المبلغ كاملاً

ألم أقل لكم يا أولاد بأن لا تعبثوا بهواتف
أمهاتكم، وأن لا تطلبوا من المصباح السحري
أكثر من حاجتكم.

مرحباً لقد وصلت ألعابي شكراً لك
يا مارد المصباح السحري

د غلې قوښنه غوښتنه د نورو حقوقي



وهقهن نعه عهقفه ينوهخم لقو ظه ينوه فيقغيح



ريحانة



أصدقائي البراعم مع انتشار الأوبئة والفيروسات لا بد لنا من تقوية مناعة أجسامنا، ما رأيكم لو نبحث عن جهاز المناعة ونتعرف عليه أكثر:

ريحانة: هلا عرفتنا عن نفسك؟

يسموني الجهاز المناعي أتكوّن من مجموعة خلايا وأنسجة وأعضاء تشبه الجيش، ويقوم كل منهم بوظائف محددة لمهاجمة أي عدو يقتحم الجسم قبل أن يتكاثر ويفرز سمومه مثل البكتيريا والفيروسات والطفيليات، وإن دخلت وتكاثرت فإنني أعمل بقوة حتى أخلص الجسم منها.

ريحانة: ما هي أهم مكوناتك؟

الجهاز المناعي: لدي العديد من الأجزاء المناعية المقاومة منها:

● الخلايا الليمفاوية: تقوم بالتقاط الخلايا الميتة والجراثيم.

نخاع العظام: يقوم بتكوين خلايا الدم البيضاء لمحاربة العدوى والأمراض والجراثيم.

● الخلايا البالعة: وهي عبارة عن خلايا تقوم بتناول الجسم الغريب أو الميكروب الذي يلتصق بالأجسام المضادة، وتلتهم كافة الخلايا التي سقطت خلال معركة المقاومة بين الأجسام المضادة والميكروبات التي تهاجم الجسم لتنظفه.

● الأجسام المناعية المضادة: في حالة غزو الميكروبات للجسم

فأنه ينتج الأجسام المضادة التي تتألف من بروتينات وظيفتها الأساسية مقاومة الميكروبات التي تسبب تلف أنسجة الجسم.



ريحانة: ما هي أنواعك؟

المناعة الطبيعية: - وتوجد في جسم الإنسان منذ ولادته ليقاوم بها العدوى مثل الجلد والأغشية المخاطية المبطنة للأجهزة المختلفة مثل الجهاز الهضمي والأنف والفم من الداخل، وأيضاً كرات الدم البيضاء بأنواعها.



الجهاز المناعي

المناعة المكتسبة: وهذا النوع يتكون بعد إصابة الجسم بعدوى أو مرض ما لأول مرة فأقوم بإنتاج الأجسام المضادة ضد هذا المرض، وفي حالات أخرى يحقن الجسم قبل أن يصاب بالمرض بلقاح على شكل ميكروبات ضعيفة ليحفزني على إنتاج الأجسام المضادة ضد هذا الميكروب، وتصبح لدى الإنسان مناعة شبه دائمة تستمر لفترات طويلة.

ريحانة: كيف نعلم بان هناك مشكلة او ضعف في ادائك؟

الجهاز: عندما أستطيع التمييز بين الخلايا السليمة والتالفة أو الخبيثة فهذا يعني أنني أعمل بكفاءة، ولكن في حالة إصابتي بالضعف أو الخلل في أداء عملي، فإنني لن أستطيع أن أتعرف على الأعداء بسهولة، وبالتالي لن أقاومها أو أقضي عليها، حينها سيصاب الجسم بالأمراض بين حين وآخر، مثل الإنفلونزا وغيرها ولا بد من استشارة الطبيب لمعرفة السبب وعلاجه.

ريحانة: كيف يمكن تعزيزه وتقوية عسده في اجسامنا؟

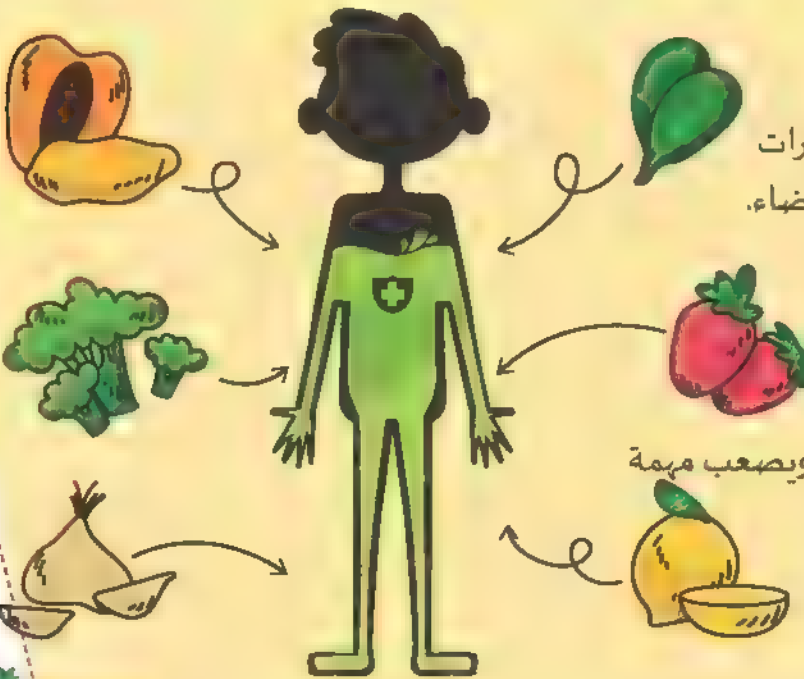
♥ تناول الغذاء المتكامل مثل الحبوب والخضروات والفاكهة والبروتين، وعدم الإكثار من الأطعمة الضارة مثل الوجبات السريعة والدهون والمقلبات والسكريات.

♥ ممارسة الرياضة وتجنب السمّة.

♥ النوم جيداً وعدم السهر والإرهاق إذ يستغل فترات الهدوء الليلي في إنتاج المزيد من خلايا الدم البيضاء.

♥ تقليل الضغط العصبي الذي يؤدي إلى إفراز كميات أكبر من هورمون الكورتيزول الذي يعرقل عملي ويضعفني.

♥ حصول الجسم على الزنك يومياً يقوي مناعته ويصعب مهمة الفيروسات في اقتحامه، ويحتوي لحم الأبقار والسّمك والبيض ومنتجات الألبان على كميات وفيرة من الزنك، كما أن فيتامين C يحسن من امتصاص الجسم للزنك ويزيد فاعليته.



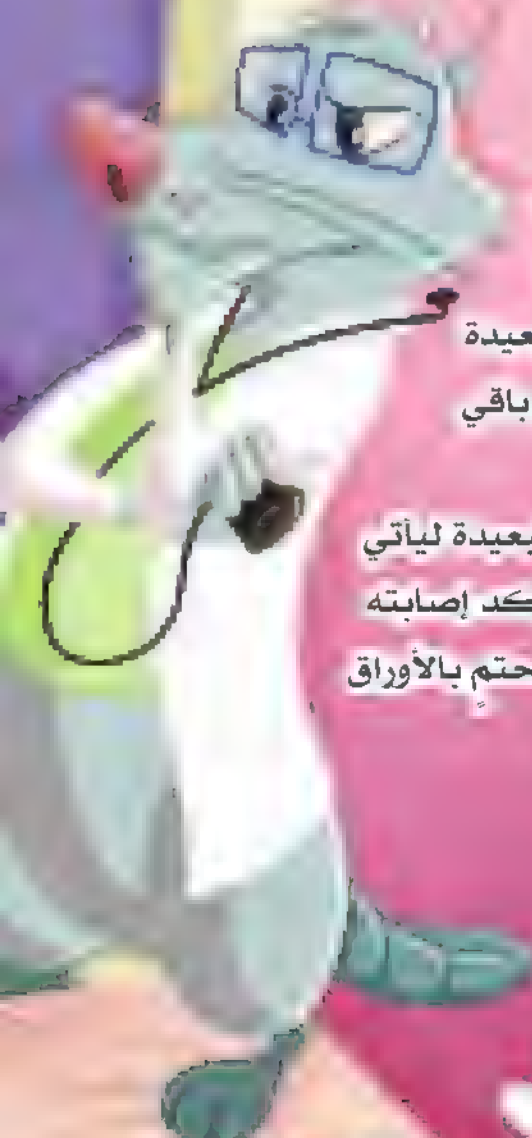
زيونة

ذات يوم رجعت زيونة من رحلتها الطويلة وعندما دخلت إلى قريتها الجميلة وجدتتها شبه خاوية من الحشرات وكأنها قرية أشباح، فصاحت بأعلى صوتها: يا أهل القرية ألا يوجد احد هنا؟ فأجابها صرصور كان قد لف نفسه بأوراق الشجر، لذلك لم تلاحظ زيونة وجوده، وقال لها: لقد أصيب معظم أهل القرية بمرض معدٍ وظهرت عليهم بقع سوداء، فغادر بعضهم القرية واختفى البعض الآخر في بيوتهم وتركوا أعمالهم،

فقالت له زيونة باستغراب: ولماذا خرجت أنت من بيتك هذا خطر على صحتك؟ ألا تخاف من العدوى؟ فضحك وقال لها: في كل الأحوال أنا لا أترك عملي أبداً.

طارت زيونة وهي متألدة على أهل قريتها وفكرت بإحضار أمهر طبيب من البلدة المجاورة ليكتشف سبب هذا المرض وعلاجه، ولما جاء وقام بفحص بعض المصابين قال لهم: لقد انتشر هذا المرض في القرية البعيدة ووصفت لهم الدواء وأمرتهم بعدم الخروج من القرية لئلا ينتقل إلى باقي القرى، فمن الذي أتى إليكم منها؟

فأشاروا إلى الصرصور الملتف بالأوراق وقالوا: لقد ذهب إلى القرية البعيدة ليأتي بالطعام والشراب ونحن نشترى منه كل يوم، فقال الطبيب: هذا يؤكد إصابته بالمرض وقد نقله إليكم، فصرخ الصرصور: هذا ليس صحيحاً فأنا محتّم بالأوراق ولن أصاب بشيء، فقال الطبيب: من قال لك بأن الأوراق تحميك؟ انزعها عنك لأفحصك



فحاول الصرصور الهروب لكنه لم ينجح فأهل القرية أمسكوا به
ونزعوا عنه الأوراق ليتفاجئ الجميع بوجود آثار البقع السوداء عليه.
فقالت له زبونة: إن كنت لا تبالي بصحتك فهذا شأنك وحدك ولكن
لا تكن سبباً في تدمير صحة الآخرين.



حديث الإمام الجواد عليه السلام:

«إن المؤمن لا يخون»

فتعلمت : أن الخيانة صفة ذميمة وهي ليست من مكارم الأخلاق وهي ضد الإخلاص. ومعناها عدم الوفاء للآخرين بما يتوجب علينا أن نقدمه لهم، فقد يخون الإنسان صديقه بكشف أسرارهِ الذي ائتمنه عليها، ويخون العبد ربه عندما يهمل دينه.. والمؤمن طيب الخلق أمين مخلص لذا لا يرتكب الخيانة أبداً.



ماذا لو؟

الكرة الأرضية: هذا شيء مستحيل، فلا بد للبيوت من أساس قوي وقواعد رصينة في الأرض ليبنى عليه وإلا لهوى وسقط.

زهراء: أقترح عليك يا علي أن تبني لك بيتاً بسهولة وسرعة من الورق المقوى وتسكن فيه لوحداً كما في أفلام الكارتون.

من غيرها، وتبقى عامرة لسنين طويلة، والدليل بقاء الآثار القديمة لحد يومنا هذا.

زهراء: على الرغم من تعرض أغلب البيوت للتلف بسبب تقادم الزمن إلا أن أبي يعمل على ترميم بيتنا وطلائه في كل سنة ليستعيد رونقه.

الكرة الأرضية: نعم يا زهراء فكلما عملتم على إدامته وترميمه بقي صامداً لمدة أطول.

علي: ماذا لو قلعنا بيتنا ووضعناه على أرض البيت الجديد لكان أسهل وأسرع كما نشاهد في أفلام الكارتون؟

الأولاد: مرحباً يا كرتنا الجميلة، كيف حالكِ؟

الكرة الأرضية: أهلاً بكم يا أولاد، لقد اشتقت لكم، هل انتقلتم إلى بيتكم الجديد؟

علي: لا ليس بعد، لأن البناء بالطابوق يحتاج إلى جهد ووقت طويل، ماذا لو أصبحت البيوت تبني من مواد خفيفة وسهلة التركيب كمظلات المخيمات التي تحتاج إلى نفخ فقط؟

الكرة الأرضية: البيوت التي تبني بالحجر والأسمنت تكون أكثر مقاومة لظروف الجو المتقلبة وتحمي ساكنيها بنسبة أكبر



التعليم التفاعلي

مدرستي جميلة
نمرح في ساحتها
لننطلق جميعنا
ثم نباشر عامنا
فالدرس صار مدمجاً
هيا إلى دراسة
أبي غدا معلّمِي
وأُمِّي في قراءتي
تشرح لي قواعداً
شكراً لأُمِّي وأبي

في الصف والمراحل
كالطير والبلابل
بهمّة الأوائـل
ضمّن وقاء كامل
في (الت) والتفاعل
بالدرس في المنزل
يحل لي مسائل
تقرأ في تواصل
كالفعل أو كالفعل
وللمدير الفاضل

شعر / حيدر صباح

